



TITLE:

# 心的現実としての秘密

AUTHOR(S):

多田, 昌代

---

CITATION:

多田, 昌代. 心的現実としての秘密. 京都大学カウンセリングセンター紀要 2008, 37: 49-53: 30060.

ISSUE DATE:

2008-03

URL:

<https://doi.org/10.14989/156339>

RIGHT:

## 心的現実としての秘密

多田昌代\*

### I はじめに

秘密というものには不思議な力がある。開けてはならない秘密の箱、秘密の部屋は開けてみたくなるものだろう。あるクライアントは、カウンセリングをパンドラの箱にたとえた。開けなければ良かったのではないかという迷いと、いつかは開けなければいけなかったという思いと、色々な気持ちがつまった話であった。

カウンセリングには守秘義務という約束事がある。通常の人間関係では話しにくいことが話せる場所である。とりわけハラスメントの訴えなどは、秘密というくくりによく当てはまるものであろう。そしてハラスメント相談を、秘密というキーワードで切り取ってみると、従来のカウンセリングとは異なる点が明らかになるように思われる。

まず、外傷的な秘密の告白が、相談者と相談員が出会う当初になされることが挙げられる。通常のカウンセリングでは外傷的な秘密は関係が成立してから明らかにされることが多いだろう。もちろん、初回から秘密が語られることはある。しかしこれは、カウンセラーとの二者関係の外へは出ないという、守秘義務を信頼することができ、かつ、秘密を知らない者との境界線を広げようとする意志の力によっている。時に無理をして必死の思いで打ち明けていたり、非現実な期待を抱いていたりするので、その副作用には注意が必要である。一方、ハラスメントでは必ず被害加害関係が存在し、その秘密を知っている関係者が存在していると言えるだろう。ある集団内では公然の秘密ということもあるだろう。相談員は必ずしも二者関係を求められているのではなく、境界線の外の第三者としてこの秘密を聞くのであり、第三者の立場からどのように判断するかを問われることになる。

また秘密自体がたどる道筋も大きく異なる。カウンセリングでは、秘密はあくまでも二者関係の中にのみ存在する秘密であり、カウンセリングが終わる時に秘密がどのような運命を辿るのかはカウンセリングの経過次第となる。それに比べてハラスメント相談では、時に、事態の解決に向けて関係機関と協同し、大学コミュニティとして対応がなされる。プライバシーに配慮されつつだが、秘密が大勢の人の中で共有されていくことになるのである。

このように、カウンセリング過程における秘密の取り扱いが構造の安定性によって守られているのに対し、ハラスメント相談における秘密は、難しい事態ほど関与する者が増えていくことになり、構造としては不安定なものとなることを余儀なくされている。言わば、関係者のひしめく

---

\* 京都大学カウンセリングセンター 非常勤講師

中で私的秘密を取り扱わねばならないという高いハードルが設定されているのであり、その上で相談者の内的な納得と公的な決着を図っていくことになる。こうした不安定な構造を少しでも安定したものとするため、コミュニティ心理学的介入（高畠、2007）や実効性のあるシステム作り（窪田、2006）といった組織作りという観点からのアプローチや、大学の風土の改革（高畠、2007）が求められている。

しかし秘密は、現実に関起った事実としての重大性ととも、心的現実としての重要性にも心を配る必要がある。多数の関係者が各々の立場で取り組むことになるハラスメントへの対応において、外的現実の共有は可能でも、心的現実の共有は難しいだろう。心的現実の共有への努力として、心理関係者は個々の事例についての検討と蓄積をしていかなければならないが、プライバシーの問題から「研究として」秘密を公にすることは難しいというジレンマがある。了解を取るにしても関係者が多く、場合によってはマクロ・レベルの問題へと発展しかねないため、これらの障害を乗り越えて研究を進めていくことは骨の折れる作業である。

本論文では、このような障害を回避しつつ個人をベースにした相談のあり方を考える一助とするため、心的現実としての秘密や通常のカウンセリングにおける秘密の扱いについて光を当てることで、ハラスメント相談を考えたい。環境や行動といった外的現実重視の働きかけに傾きがちな相談内容であるだけに、あえて今一度、心的現実を問題にしたいと考える。

## II 秘密の心理

小此木（1980）は“秘密は、秘密にされる内容の如何によってではなく、むしろ、何ごとかを「秘密にしよう」とし、その「秘密を保とう」とする主体の「意志」の働きを、その本質としている”と述べている。そして「秘密をもつこと」は、その「秘密を知らぬ者」との間に自他の境界、ウチとソトの区別を設定し、秘密を共有する者同士の間に関密さや連帯感を作り出すと共に、知らぬ者に対して排他作用や疎外作用を発揮するとしている。

子どもの頃、秘密の隠れ家というものを作って遊んだことのある人はどのくらいいるのだろうか。隠れ家と言ってもごっこ遊びであるから、特別な建物が必要というわけではない。階段の踊り場や人気のない窓辺だって、ここが秘密の場所と心の中で定めれば十分で、心的現実の中ではすばらしい場所なのである。そしてこの遊びで重要なのは、仲間の間だけの秘密であり、秘密であることを確かめ合うことであつたはずである。これは発達的に考えても、秘密の共有による友達との親密感に助けられて、親たち大人社会との境界線をひき、分離が試みられるという、意味のある遊びであると考えられる。

人間は親に秘密を持たない状態からスタートし、成長するにつれ、親の知らない世界を広げていくものである。しかし皆がスムーズにそうしていけるわけではない。土居（1972）は統合失調症者（分裂病者）は発病以前から秘密をもちにくく、何らかの理由で他人と対立し自分だけの感情や思考を持たされるときが来たときに、自分を単独者として意識する緊張を維持することがで

きないために発病にいたるのではないかと述べている。さらに土居は“分裂病者に力添えして秘密を安心して持たせるようにすることが最良の治療法”であり、“このような新たな秘密を核として、はじめて人格の統合が行われるのではなかろうか”としている。小此木は「秘密をもつこと」には自他の境界設定作用、自己確認作用があると述べている。土居の視点は、統合失調症者の自我境界の弱さ、自己同一性の脆弱さを秘密というキーワードで理解しやすくするものであり、他者との間に境界を持った自分を育てるために秘密が核となるという考えは、示唆的である。

隠れ家という秘密には共有する仲間が必要であり、統合失調者が秘密を安心してもつためには治療者の力添えが必要であったように、秘密は誰かと共有したい欲求をも起こさせる。秘密をもつことによる分離意識が孤立感を深め、親密さへの欲求が高まるためであろうが、秘密を持ち続けると外に出したい、告白したいという欲求も生じてくることになる。

### Ⅲ 秘密の告白

「王様の耳はロバの耳」のよく知られた寓話のように、秘密を一人で抱え続けることは苦しいことでもある。ごく短期のカウンセリングで心の秘密を吐露し、ひとときだけ荷下ろしして去っていくクライアントなどは、適応的な浄化を行い、カタルシス効果を得ているのだと考えられる。青年期は発達的前進的エネルギーの強い時期であるので、それだけで問題が解消されることも多く、学生相談の重要な仕事と言えるだろう。

告白すると一人で抱える苦しさは和らぐが、今度は知られてしまったことへの不安が喚起されることになる。一体感のみこまれる不安へと反転しやすく、不安から逃れるために他者から撤退することにより分離を図ろうとする。分離は孤立感を刺激して、また誰かに接近したくなる。ヤマアラシのジレンマである。このように「秘密をもつこと」と「告白すること」の間の葛藤は、分離・個体化状態への発達と、融合・共生状態への退行との間の葛藤の表れなのである。Eksteinら（1972）は秘密をめぐるこのような葛藤は、Fairbairn、Winnicott、Balint、Mahlerらが考察しているような、能動性、前進、自律性への努力と、受動性、退行、融合状態への欲求との、普遍的葛藤なのだとしている。

「秘密にしたい」気持ちはカウンセリングの中では抵抗となって現れる。その一方で起こる「告白したい」という気持ちは親密さへの欲求であり、転移の深まりの中で生じてくる。抵抗が転移を促進し、転移がまた抵抗を生み出し、揺れ動く過程を経ていくことで、関係性は成熟していく。齋藤（2007）は、「分離」と「再密着」に向けて両面的に振れ、もがき苦しむ心の動きの振幅こそが他者及び自分自身のいろいろな心の状態について思いめぐらす心性を発達させるとしている。関係性の成熟は、心の成長と不可分に進んでいくと言えるだろう。

カウンセリング過程が進んで、それまで言えなかった秘密が告白されることがある。全て話した方がいいとわかっていても話せなかった秘密が、関係性が変化することによって話しても大丈夫という安心感が生まれたのであろう。Eksteinら（1972）はこの関係における心理を“sepa-

ration intimacy”と呼んでいる。これは2人の独立した個体（separate individuals）の、融合と区別される親密さである。小此木（1980）はこれを、のみ込まれる不安から秘密にしておく必要がなく、親密さを得ようと秘密を告白する必要もなくなった心理的段階と説明している。先述の関係性に対する葛藤から自由になって秘密に相対することができるようになるのである。また小此木は“相手が自分に全ての秘密を告白しなくても、相手に対する親密さや基本的信頼は損なわれない”と思えるとしている。カウンセラーに心を許すためにはカウンセラーの私事を知らなければと思うクライアントは少なくないが、カウンセリングが進むにつれてカウンセラーの匿名性を納得してくれる段階がやってくる。これも上記の意味での親密さの質が変わったのだと考えられるだろう。

またこれまで述べてきた秘密は、意識的あるいは前意識的秘密であったが、カウンセリングによる探索の過程で、本人が気付いていない無意識的秘密が明らかになるという場合もある（Freud, 1938）。これはカウンセラーとの協力関係の中で秘密の自分を探すという作業であり、「秘密の告白」ではなく、「秘密の発見」と呼べるだろう。この作業には、観察自我の成熟と分離か融合かの葛藤から自由になった関係性とが必要である。何より秘密の自分を探すという作業を望むかどうかというクライアントの側の指向性の問題もあるだろう。学生相談という期間が限定されている機関でのカウンセリングで、ここまで辿り着けることは多くないのかもしれない。しかしこの作業こそ秘密の不思議な魅力を感じさせるものであろう。

#### Ⅳ ハラスメント相談における秘密の告白

秘密は、人格発達や関係性という観点から様々に考えられることを見てきたが、ハラスメント相談で扱われる秘密は、誰かに傷つけられた心身の傷である。傷つきからの回復を求めて秘密の告白がなされるのであり、相談員はその内容がハラスメントか否かの判断をしつつ聴取し、その後の対応についての情報提供をしていくことになる。これは外的現実という視点から秘密の内容について吟味していく態度であると言えるだろう。相談員は心理的支援も行うわけであるから、外界と心的内界のどちらに比重を置くべきか、迷いながらの援助となる。

この点は、外的現実と心的現実の重なり具合や事例固有の問題など臨機応変に対応していく他はないだろう。大学の風土の改革がよりいっそう進めば、ハラスメント相談も、昔に逆戻りするのではない形で、通常の人間関係の問題として対応できる時代が来るのかもしれない。

しかし、外的現実の領域で被害者よりの解決策を試みたとしても、以前の状態に戻るわけではないだろう。費やした時間も帰ってこない。倉光（2006）は、ハラスメントによる傷つきの克服は以前の状態への回復ではなく、苦痛を抱えながらの新たな一歩であるとしているが、心に留めておきたい重要な視点であろう。新たな一歩を踏み出すために心的現実の中でどう折り合いをつけていくか。難しいことであるが、相談者が苦しむことになった事態について、その人の人生にとっての意味を一緒に考えていくことも有用であろう。

心的現実としての秘密を扱っていくためには、カウンセラーとの関係性が重要であることを論じてきた。そのように考えると、ハラスメント相談においては、外的現実の共有者が多数であっても、心的現実としての秘密を共有するのは相談員との二者関係の中であることが保障される必要性があるのではないだろうか。また、相談者と相談員という二者と、他の関係者との境界線が強く引かれるためには、外側からの保障だけでなく、関係の内側から境界を強くする工夫も必要であろう。そして関係が尊重されることが、相談者の傷ついた自己愛を回復することにつながっていくのだと思う。

## V おわりに

外傷的な体験から立ち直るためには、侵入的な外界から身を隠し、非自己の世界との交流を制限しつつ、一人ではないということが重要であろう (Winnicott, 1965)。カウンセリングは秘密の隠れ家のようなところをイメージすると良いのかもしれない。隠れ家に安全にこもって、一緒に外界での戦略を練ったり、内界を見つめてそれまで気づいていなかった自分を探したりすることの重要性をあらためて考えさせられる。外界か内界かといった中身はどちらもよく、抱える構造こそが肝心なのかもしれないと思う。

学生相談という箱には様々なものが入れ込まれている。外界内界、どちらのスタンスも取れる柔軟さと、外界と内界をつないでいく能力が求められるだろう。

## 文献

- 土居健郎 (1972) : 分裂病と秘密 土居健郎 (編) 分裂病の精神病理 1 東大出版会 pp.1-18
- Ekstein R & Caruth E : (1972) *Keeping Secrets. Giovacchini (Ed) Tactics, and Techniques in Psychoanalytic Therapy.* pp.200-215 Hogarth Press.
- Freud (1938) : *Abriss der Psychoanalyse.* 渡辺哲夫・新宮一成・高田珠樹・津田均 (訳) (2007) : 精神分析概説 フロイト全集22 岩波書店 pp.175-250
- 窪田由紀 (2006) : 考え方と事例：キャンパス・ハラスメントへの対応 臨床心理学32 6 (2) 194-200
- 倉光 修 (2006) : 考え方と事例：対人関係の悩みと成長 臨床心理学32 6 (2) 179-184
- 小此木啓吾 (1980) : 笑い・人みしり・秘密—心的現象の精神分析 創元社
- 齋藤久美子 (2007) : 臨床心理学にとってのアタッチメント研究 数井みゆき・遠藤利彦 (編) アタッチメントと臨床領域 ミネルヴァ書房 pp.263-290
- 高島克子 (2007) : ハラスメントと学生相談 精神療法 33 (5) 571-576
- Winnicott DW (1965) : *The Maturation Process and the Facilitating Environment.* Horarth Press. 牛島定信 (訳) (1977) : 情緒発達の精神分析理論 岩崎学術出版社